

## **ПРЕВЕНТИВНО-КОРЕКЦІЙНА ДОПОМОГА ДЕПРИВОВАНИМ ДІТЯМ ІЗ СИМПТОМАМИ ПСИХОЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ**

**Гошовська Дарія,  
Гошовський Ярослав**

Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки,  
м. Луцьк, Україна  
daria66@ukr.net  
hoshovskyi66@ukr.net

У статті розкрито психологічні особливості надання превентивної та корекційної допомоги депривованим дітям, які мають симптоми психоемоційного вигорання. Зазначено, що внаслідок негативного впливу різномодальних обмежень соціо- й психогенези діти, позбавлені батьківської опіки, переживають численні амортизаційні психічні стани. Депривованим дітям притаманні загальноособистісна афективна розбалансованість, висока емоційна напруга та тривожність, підвищений рівень невротизації й самотності, а також почуття безпорадності та недовіри до навколишніх людей. Депривація призводить до значно частішого й сильнішого психоемоційного вигорання дітей, порівняно з віковою популяцією однолітків. Надання психореабілітаційної допомоги депривованим дітям повинно відбуватися як розробка продуктивних і розвивальних програм особистісного самозбереження, спрямованого на «антивигоральні» вектори психологічного опору дискомфортом чинникам й обставинам ускладненого розвитку. Проблема профілактики та психокорекції психоемоційного вигорання потребує вжиття системних превентивних заходів, які мають здійснюватися фахівцями служби психолого-педагогічного супроводу інтернатного закладу, насамперед, як психогігієнічний і психопрофілактичний вплив на депривованих вихованців. Наголошено, що важливим завданням є активізація в депривованих дітей із симптомами психоемоційного вигорання тих найважливіших рис та параметрів їхньої особистісної психоструктури, які можуть істотно знизити ризик виснаження й розчарування. Потрібно культивувати партнерські комунікативні спроможності, товариськість, емоційну та поведінкову гнучкість, креативність, оперативно-творче мислення, адже це сприяє набуттю вмінь і розвиткові навичок швидше орієнтуватися в мінливих умовах спілкування, щоб успішно нейтралізувати ймовірні конфлікти й психотравми. Констатовано необхідність надання депривованим дітям ревіталізаційної допомоги, зокрема завдяки задіянню медіально-рефлексійного тренінгу.

**Ключові слова:** депривовані діти, різновидова депривація, психоемоційне вигорання, психофізичне виснаження, превенція, психокорекція, ревіталізація, психопрофілактика, медіально-рефлексійний тренінг.

**Hoshovska Dariya, Hoshovskyi Yaroslav. Preventive and Correctional Assistance to Deprived Children with Symptoms of Psychoemotional Burnout.** Psychological peculiarities of providing preventive and correctional assistance to deprived children with symptoms of psychoemotional burnout are revealed in the article. It is stated, that due to the negative influence of multimodal limitations of socio and psychogenesis, parental care deprived children experience numerous depreciating mental states. Deprived children inherent general affective personality imbalance, high emotional tension and anxiety, increased levels of neuroticism and loneliness as well as feelings of helplessness and distrust to surrounding people. Deprivation leads to much more frequent and stronger psychoemotional burnout of children comparing with peers age population. Providing psychorehabilitation assistance to deprived children should proceed as the development of productive and developmental programs of personality self-preservation aimed at «anti-burnout» vectors of psychological resistance to discomfort factors and circumstances of complicated development. The problem of prophylaxis and psychocorrection of psychoemotional burnout requires the implementation of systemic preventive measures, which should be carried out by specialists of the psychological and pedagogical assistance service of boarding schools, first of all, as psychohygienic and psychoprophylactic influence on the deprived pupils. It is emphasized, that important task is activation in deprived children with symptoms of psychoemotional burnout of those most important features and parameters of their personality psychostructure, which can significantly reduce the risk of exhaustion and frustration. It is necessary to cultivate partner communication skills, sociability, emotional and behavioral flexibility, creativity, operational and creative thinking, because it promotes the acquisition of abilities and skills of quick orientation in the changing conditions of communication in order to neutralize the possible conflicts and psychotraumas. The necessity to provide the deprived children with revitalization assistance is stated, in particular through the implementation of medial-reflexive training.

**Key words:** deprived children, different types of deprivation, psychoemotional burnout, psychophysical exhaustion, prevention, psychocorrection, revitalization, psychoprophylaxis, medial-reflexive training.

**Гошовская Дария, Гошовский Ярослав. Превентивно-коррекционная помощь депривированным детям с симптомами психоэмоционального выгорания.** В статье раскрываются психологические особенности предоставления превентивной и коррекционной помощи депривированным детям, имеющим симптомы психоэмоционального выгорания. Отмечается, что в результате негативного влияния разномодальных ограничений социо- и психогенезиса дети, лишённые родительского попечительства, переживают многочисленные амортизационные психические состояния. Депривированным детям

присущи личностная аффективная разбалансированность, высокое эмоциональное напряжение и тревожность, повышенный уровень невротизации и одиночества, а также чувства беспомощности и недоверия к окружающим людям. Депривация приводит к значительно более частому и более сильному психоэмоциональному выгоранию детей сравнительно с возрастной популяцией. Предоставление психореабилитационной помощи депривированным детям должно происходить как разработка развивающих программ личностного самосохранения, направленного на «антивыгорательные» векторы психологического сопротивления дискомфортным факторам и обстоятельствам усложненного развития. Проблема профилактики и психокоррекции психоэмоционального выгорания требует осуществления системных превентивных мероприятий, которые должны осуществляться специалистами службы психолого-педагогического сопровождения интернатного заведения, в первую очередь, как психогигиеническое и психопрофилактическое влияние на депривированных воспитанников. Отмечается, что важным заданием является активизация у депривированных детей с симптомами психоэмоционального выгорания тех важнейших черт и параметров их личностной психоструктуры, которые могут существенно снизить риск истощения и разочарования. Необходимо культивировать партнерские коммуникативные возможности, общительность, эмоциональную и поведенческую гибкость, креативность, оперативно-творческое мышление, ведь это способствует приобретению умений и развитию навыков быстрее ориентироваться в переменчивых условиях общения, чтобы успешно нейтрализовать вероятные конфликты и психотравмы. Констатируется необходимость предоставления депривированным детям ревитализационной помощи, в частности благодаря задействованию медиально-рефлексионного тренинга.

**Ключевые слова:** депривированные дети, разновидовая депривация, психоэмоциональное выгорание, психофизическое истощение, превенция, психокоррекция, ревитализация, психопрофилактика, медиально-рефлексионный тренинг.

**Постановка наукової проблеми та її значення.** В умовах глобальних трансформацій сучасного соціуму істотно зростає кількість людей, які переживають розбалансовані афективні психостани, відчуваючи втрату життєвої активності та особистісне психофізичне виснаження. Упродовж тривалого часу нами здійснюються науково-психологічні студії у сфері самосвідомості (самооцінки, самоакцептації, образу Я, Я-концепції) та ревіталізації (реабілітації, рекреації, ресоціалізації тощо) депривованих людей, які, зазнаючи негативного впливу різномодальних обмежень власної соціо- й психогенези, переживають численні амортизаційні психічні стани, одним із яких досить часто та чітко проявляється психоемоційне вигорання. Урахування соціально-психологічної специфіки феномену депривації як

однієї з базових причин виникнення психоемоційного вигорання дітей, позбавлених батьківської опіки, дасть змогу розробити психопрофілактичні й психокорекційні підходи, що сприятиме попередженню ймовірності виникнення складних деструкцій у процесі їхньої подальшої життєдіяльності.

**Мета й завдання статті** – висвітлення основних превентивно-корекційних підходів щодо надання ревіталізаційної допомоги депривованим дітям, які переживають симптоми психоемоційного вигорання.

**Аналіз останніх досліджень із цієї проблеми.** Найвідоміші науково-психологічні погляди щодо аналітичного охоплення причин і наслідків психоемоційного вигорання простежуємо в дослідженнях І. Брецько, І. Ващенко, А. Маслоу, К. Маслач, В. Орла, О. Прохорова та ін. Проблему синдрому емоційного вигорання й виснаження висвітлено в працях науковців, котрі розкривають його змістове та структурне наповнення (А. Василенко, Л. Карамушка, Т. Кириленко, М. Левітов, С. Максименко, В. Орел, О. Саннікова й ін.). Традиційно психоемоційне вигорання вивчається як проблема фахової деформації особистості (В. Бойко, Е. Зеєр, Т. Форманюк, О. Щербаков та ін.), зокрема в представників різних професійних приналежностей – учителів (В. Кан-Калик, Ю. Кулюткін, Н. Побірченко, Н. Чепелєва, Т. Яценко та ін.), лікарів і медсестер (П. Бланк, К. Маслач, В. Шуфелі й ін.), спортсменів (Р. Велей, Д. Гошовська, К. Гренліф, В. Клименко та ін.), соціальних працівників (Дж. Грінберг, О. Полуніна, Б. Содерфельдт, М. Содерфельдт й ін.) (Бойко, 2004: 474; Водоп'янова, 2008: 336; Войлова, <http://kraspubl.ru/content/view/144/1/>).

На думку, Л. Кондрацької, сімейні конфлікти як фактор емоційного вигорання в підлітків, серед іншого, зумовлені якраз деприваційними факторами, адже знехтуваність, занедбаність і непотрібність, які переживають діти, істотно впливає на формування як їхньої афективності, так і всього подальшого життєвого шляху (Кондрацька, 2008: 249). Як стверджує О. Фінів, психоемоційне вигорання тісно корелює як із психозахистом, так і з відчуттям особистісної безпеки, тобто надмірне афективне виснаження істотно послаблює екзистенційний потенціал людини (Фінів, 2015: 414–421). У безпосередньому ракурсі нашого дослідження цікавою видається праця І. Брецько щодо вивчення особливостей психоемоційного вигорання підлітків в умовах сімейної депривації. Здійснено полівекторне вивчення специфіки

психоемоційного вигорання підлітків в умовах різномодальної сімейної депривації та констатовано, що воно проявляються, насамперед, як загальноособистісна афективна розбалансованість, висока емоційна напруга й тривожність, підвищений рівень невротизації та самотності, а також на рівні почуття безпорадності й недовіри до навколишніх людей. Установлено, зокрема, що нестача сімейного та родинного спілкування, блокований комунікативно-перцептивний мікроклімат, умови проживання в інтернатних установах призводять до надмірного психоемоційного вигорання, яке несприятливо впливає на розвиток самосвідомості дитини й спричиняє її неадекватне самоприйняття та самооцінювання (Брецько: 293).

**Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження.** Як відомо, депривовані діти мають здебільшого травмогенний досвід власного минулого та ускладнений анамнез розвитку, що зумовлено, насамперед, відсутністю/утратою біологічних батьків. Відчуття знехтуваності й занедбаності, покинутості та непотрібності, спогади про випадки жорстокого ставлення, побої, приниження, проживання в асоціальних умовах виступають об'єктивним підґрунтям для формування численних комплексів, а також слугують однією з базових причин накопичення несприятливого афективного тла, на якому цілком можливими постають як психофізичне виснаження, так і психоемоційне вигорання. Негативний вплив деприваційних детермінант різнотипного походження, насамперед факти відмови від дитини, нехтування нагальними дитячими проблемами та потребами, розміщення й тривале перебування в системі інтернатного утримання, парадигма байдужості та часті випадки психічного або й фізичного насилля, зумовлюють формування специфічної обмеженості й ускладненості дитячого життєвого досвіду. Нестача соціально-адаптаційних і виживальних навичок часто спричинена попереднім досвідом депривованого онтогенезу, що проявляється як в ускладнених станах здоров'я (значно частіші, ніж в однолітків, захворювання органів травлення через несистематичне й низькокалорійне харчування, шкірні хвороби (діатез, алергія, дерматит, короста тощо), так і в загальній вітальній ослабленості. Типовими симптомокомплексами депривованих дітей доволі часто є розлади невротичного характеру (сепараційна тривога, різновидова тривожність, неспокійний сон, дефіцит уваги), психомоторні дисфункції (розгойдування тіла, биття головою тощо), а також розлади прихиль-

ності в ранньому віці (боязкість, замкнутість, пасивне реагування на більшість соціальних взаємодій, неконтактність, аутизація тощо). Депривовані діти на рівні поведінкових дисфункцій часто проявляють демонстративно-ворожі реакції на мікро- й макродовкілля, мають проблеми із формуванням особистісної, статевої, сімейно-рольової ідентичності та демонструють істотно щільнішу канву девіантних ставлень до світу. Безперечно, такі складні соціопсихогенні проблеми, будучи наслідком руйнівної дії численних стресчинників як типових ознак гострих деприваційних ситуацій, зумовлюють як сенсорно-перцептивний голод, так і призводять до значно частішого й сильнішого психоемоційного вигорання, порівняно з віковою популяцією однолітків. Депресивний модус свідомості депривованих дітей, зумовлений загальною соціально-психологічною нестабільністю, знаходить своє відображення на рівні конкретних особистісних проблем і негараздів, що проявляється в індивідуальній невпевненості й амбівалентності. Внутрішньоособистісна конфліктність накладається на міжособистісну конфліктність як типову ознаку мікроклімату навчально-виховного закладу закритого типу й породжує ослаблене афективне поле, що цілком закономірно спричиняє психоемоційне вигорання. Серед багатоманіття підходів щодо превенції та надання психореабілітаційної допомоги депривованим дітям виокремлюється ключовий напрям – розробка продуктивних і розвивальних програм особистісного самозбереження, спрямованого на «антивигоральні» вектори психологічного опору дискомфорту чинникам та обставинам ускладненого оно- й соціогенезу.

Звичайно, що проблема профілактики та психокорекції психоемоційного вигорання потребує здійснення системних превентивних заходів, які мають здійснюватися фахівцями служби психолого-педагогічного супроводу інтернатного закладу, насамперед, як психогігієнічний і психопрофілактичний вплив на депривованих вихованців. Важливим ракурсом є спроможність і бажання спеціалістів інтернату (психологів, вихователів, учителів, соціальних педагогів, адміністрації) здійснювати такі заходи, адже внаслідок професійних амортизацій і деформацій, спричинених складністю роботи з депривованими дітьми через вищу й частішу ймовірність конфліктів і стресів, цілком можливий байдужий або формальний підхід. Комплекс профілактичних прийомів повинен бути зорієнтований на активну реалізацію особистісного життєво-професійного потенціалу в ключі «енергозбері-

гального», емпатійного та гуманістичного сценарію повсякденної фахової діяльності. Не менш важливе місце посідають готовність до самозмін і самовдосконалення, подолання власних дезінтегративних та агресивних імпульсів і поведінкових вчинків, толерантність у спілкуванні з депривованими й знедоленими дітьми, гуманність у ставленні до проблем їхнього біодромального шляху. Істотна роль відводиться оволодінню персоналом інтернатної установи механізмами психологічного захисту та копінг-поведінки, а також релаксаційним технікам, адже в спілкуванні з ускладненим контингентом цілком можливі афективні збурення та емоційно-настроєві перепади. Психопрофілактика ймовірного «емоційного відсторонення» працівників інтернатного закладу у взаєминах із вихованцями нагально потребує від них високого альтруїзму, просоціально-ресоціалізаційної налаштованості, адже такий підхід дасть змогу попередити власні прояви симптомів «редукції професійних обов'язків». Вигорання працівників школи-інтернату може бути зумовлене чинником псевдоздійснення у фаховій діяльності, тому вони повинні, завдяки самоаналізу, переосмислити й оптимізувати власний світогляд, розвивати конструктивну позитивної Я-концепції та життєвого сценарію. Посилене самоствердження й надмірна індивідуалізація, домінування та зверхність, зневажливе ставлення до депривованих дітей і колег, а також гіпертрофована аутосимпатія можуть порушувати як загальний психосоціальний комфорт на роботі, так і відкладатись у площинах появи афективно-когнітивних комплексів. Важливим завданням є активізація в депривованих дітей із симптомами психоемоційного вигорання тих параметрів їхньої особистісної психоструктури, які можуть істотно знизити ризик виснаження й розчарування. Потрібно культивувати партнерські комунікативні спроможності, товарицькість, емоційну та поведінкову гнучкість, креативність, оперативно-творче мислення, адже це сприяє набуттю вмінь і розвитку навичок швидше орієнтуватися в мінливих умовах спілкування, щоб успішно нейтралізувати ймовірні конфлікти й психотравми. Розвиток емпатії, стимулювання сенсорно-перцептивного стилю комунікування з ближніми, вміння відчувати та підтримувати зворотний зв'язок у спілкуванні на превентивному рівні забезпечать успішність задіяння фахівцями подальших корекційних впливів і заходів. Організацію психопрофілактики синдрому вигорання в депривованих дітей потрібно здійснювати системно й комплексно, насамперед з урахуванням і застосуванням таких видів діяльності: 1) діагностична робота для отримання

інформації про специфіку дитини в умовах різновидової (соціальної, сімейної, комунікативної та ін.) депривації; 2) консультативна робота як виважене встановлення й пояснення ймовірних причин конфліктної/самоконфліктної поведінки емоційно вигорілої дитини, а також подрібнення, секціювання конгломерату її особистісно-афективних труднощів із метою своєчасного попередження причин і наслідків виникнення й загострення можливих ще складніших проблем; 3) інформаційна робота як адресне індивідуально-орієнтоване поширення знань про особливості прояву та негативність впливу синдрому психоемоційного вигорання, що дає змогу попередити виснаження й утрату життєвої активності. Для подолання негативних наслідків психоемоційного вигорання істотне значення має оволодіння депривованими дітьми ефективною копінг-поведінкою. Взаємодія вихованців із симптомами емоційного вигорання з навколишнім світом та її ефективність забезпечуються як механізмом регулювання рівня активації (енергетичний ресурс), так і різноманітністю форм поведінки (особистісно-психологічний ресурс), зумовлюючи утворення індивідуального стилю саморегуляції. До речі, нами зауважено, що, володіючи активними й пасивними стратегіями подолання, депривовані діти значно рідше використовують стратегії активно-когнітивного копіngu, зокрема оцінку ситуації, а переважно застосовують активно-поведінковий копінг, насамперед як утручання в ситуацію та уникнення. У психокорекційному ракурсі нами активно використовуються генетично-психологічні й синергетичні технології, базовані на медіально-рефлексійному тренінгу та з урахуванням механізмів ампліфікації, самодетермінації, самофутурування, релаксації, які загалом сприяють покращанню стану справ у наданні допомоги емоційно вигорілим депривованим дітям. Медіально-рефлексійна природа тренінгу дає змогу депривованим дітям через посередницьке вирішення конфліктів вивільнитися від ізоляціоністського минулого й набути завдяки психореабілітаційним впливам із боку акцептуючого суспільства якісної рефлексії нових просоціальних віддзеркалених «поглядів на себе». Застосування медіально-рефлексійного тренінгу в сукупності з іншими корекційними методами дає змогу депривованій дитині оцінити власний психоемоційний стан і виробити результативні навички саморегуляції та самовпливу для істотного зниження афективної напруженості. Участь у Т-групі, виконання тренінгових вправ сприяє наданню ефективною та різнобічною психологічною допомогою вихованцям інтернатних закладів із симптомами емоційного виго-



рання, а також слугує зміцненню їхнього позитивного особистісного самоприйняття, самопочуття й психічного здоров'я. Культивований упродовж тренінгу розвиток самоусвідомлення призводить до оптимізації в депривованих підлітків механізмів рефлексії, інтроспекції, самоаналізу, постійного внутрішнього діалогу тощо. Унаслідок розгортання когнітивних компонентів самоусвідомлення для підлітків усе більшої актуальності та значення набувають рефлексивні механізми, розвиток яких у найближчій перспективі дає змогу забезпечити свідоме, активне, творче життя. Тренінг сприяє створенню умов для розвитку спроможності до поглибленого самопізнання, розширення горизонтів просоціального самоусвідомлення, адже впродовж кожного заняття всі учасники мали змогу зосередитися на вирішенні складних питань адаптації, самоприйняття, саморозкриття тощо. В умовах медіально-рефлексійного тренінгу відбувається становлення та розвиток таких важливих якостей особистості депривованого підлітка, як комунікативність, рефлексивність, спонтанність, креативність, відповідальність, емпатійність, самокритичність тощо (Гошовська, Гошовський, 2014: 140–145).

Узагальнюючи, зазначимо, що основні вектори превентивно-корекційної роботи з депривованими дітьми, котрі зазнали психоемоційного вигорання, можна згрупувати за такими напрямками: 1) оперативне й професійно виважене зняття негативних афективних переживань та їх трансформування в позитивні психоемоційні стани з побудовою оптимістичної картини виходу з кризової ситуації й забезпечення (само)контрольованого емоційного балансу; 2) навчання депривованих вихованців елементарних технік релаксації, аутогенного тренування, саморегуляції психоемоційних станів задля запобігання ймовірним негативним наслідкам як теперішнього психічного перенапруження, вигорання та виснаження, так і потенційних рецидивів; 3) вироблення навичок медіально-рефлексійного (примирювально-відображувального) ставлення до гострих афективних психотравм завдяки відкриттю й стимулюванню особистісного креативного потенціалу, зміцненню позитивної самоакцептації. Отож, психогігієна депривованої дитини, яка має афективні розлади через вигорання, повинна ґрунтуватися на інформаційних та самонавіювальних техніках, які сприятимуть виробленню її толерантності до цього синдрому.

**Висновки й перспективи подальших досліджень.** Позитивне й оптимістичне уявлення та ставлення до депривованих дітей, відверта

й щира комунікабельність, виражена духовно-тілесна контактність (спроможність хоча б іноді обняти та погладити, поспівчувати, розрадити), надання пріоритету культивуванню справжніх життєвих цінностей у знедолених дітях забезпечать ревіталізаційну платформу для превентивного й згодом консультативно-корекційного втручання в їхній особистісний та афективний психосвіт. Вважаємо, що основним завданнями ревіталізаційної допомоги депривованим дітям із проявами й наслідками синдрому психоемоційного вигорання повинні бути комплексні розвивальні заходи в таких векторах: 1) розвиток і стимулювання спроможності диференціювати власні базові емоції та психостани, адекватно проявляти їх; різнопланове зниження рівня психоемоційного напруження, міжособистісної напруги й особистісної невротизації; роз'яснювальна робота щодо зниження тривоги, подолання страхів і фрустрацій, нейтралізації відчуття знехтуваності, провини, занедбаності й меншовартості, спричинених дією негативного та ранимого гетеростереотипу «інкубаторець» і цілим симбіозом сімейно-деприваційних нашарувань; 2) формування збалансованої Я-концепції та адекватного різнобічного (фізичного, ідеального, презентованого) образу Я завдяки відрефлексуванню самооцінки й підвищенню впевненості в собі, виробленні навичок самоповаги, стимулюванню віри та власну особистісну значущість і культивування почуття власної гідності; ревіталізаційна стимуляція особистісного ресурсу як вироблення конструктивної опірності негативним травмогенним впливам і вироблення навичок упевненості у власній фізичній принадливості, психологічній конгруентності; розвиток багатоканальної партнерської комунікації, а також самоконтролю над своїм афективним світом, зокрема в плані контролю емоцій і поведінки; 3) надання допомоги в зниженні сепараційної тривоги й самооцінної, міжособистісної та шкільної тривожності у взаєминах із мікро- та макродовкіллям, зокрема стимулювання довіри до світу, інших людей і самого себе; 4) діяльність, спрямована на зниження частоти та щільності застосування надмірного психозахисту, побудову конвенційних меж власного психопростору, що є дуже важливим в умовах проживання в депривованому хронотопі; фахова допомога в налагодженні спроможностей до саморелаксації й аутосугестії; 5) превенція емоційно та фізично травмогенних і насильницьких (булінг, тролінг) дій та своєрідне «сублімаційне» переключення емоційно вигорілих депривованих дітей у сфери занять спортом, мистецькими студіями, когнітивним самовдосконаленням тощо.

Перспективи дослідження вбачаємо в запровадженні в систему інтернатних закладів сучасних генетично-психологічних медіально-рефлексійних технологій для надання ревіталізаційної допомоги депривованим дітям як у векторі опірності психоемоційному вигоранню, так і з метою вироблення налаштованості й готовності для проживання в прийомних сім'ях.

### **Література**

1. Бойко, В. В. (2004). *Енергія емоцій*. Санкт-Петербург: Питер, 474 с.
2. Борисова, М. В. (2005). Психологические детерминанты феномена эмоционального выгорания у педагогов. *Вопросы психологии*, № 2, 96–104.
3. Брецько, І. І. (2006). *Психоемоційне вигорання підлітків в умовах сімейної депривації*: монографія. Мукачево: МД, 293 с.
4. Водопьянова, Н. Е., Старченкова, Е. С. (2008). *Синдром выгорания*. 2-е изд. Санкт-Петербург: Питер, 336 с.
5. Войлова, С. С. *Синдром «выгорания»: трактовки, подходы, результаты, перспективы*. URL: <http://kraspubl.ru/content/view/full/144/1/>
6. Гошовський Я. (2013). Соціально-психологічна ревіталізація депривованих неповносправних дітей в освітніх закладах інтернатного типу. *Ревіталізація дітей з особливими потребами*: монографія/за заг. ред. проф. Я. О. Гошовського. Луцьк: ПП Іванюк В. П., 9–44.
7. Гошовський Я., Гошовська Д. Т. (2014). Синергетичні аспекти ревіталізації депривованої особистості. *Теоретичні і прикладні проблеми психології*: зб. наук. праць Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля. Луганськ: Вид-во «Ноулідж», № 3 (35), 140–145.
8. Карамушка Л., Зайчикова Т., Бондарчук О. (2003). Особливості вияву синдрому «професійного вигорання» у вчителів. *Освіта і управління*, Т. 6, № 3, 57–66.
9. Кондрацька, Л. В. (2008). Сімейні конфлікти як фактор емоційного вигорання у підлітків. (Дис. ... канд. психол наук: 19.00.07 «Педагогическая психология»). Харків, 249 с.
10. Фінів, О. (2015). Феномен особистісної безпеки та його кореляція із психозахистом. *Теоретичні і прикладні проблеми психології*: зб. наук. праць Східноукр. нац. ун-ту ім. Володимира Даля. Луганськ;Севєродонецьк: Вид-во «Ноулідж», № 3 (38), 414–421.

### **References**

1. Boyko, V. V. (2004). *Energiya emotsiy*. Sankt-Peterburg: Piter, 474 p. [in Russian].
2. Borisova, M. V. (2005). *Psihologicheskie determinanty fenomeny emotsionalnogo vyigoraniya u pedagogov*. *Voprosyi psihologii*, № 2, 96–104 [in Russian].

3. Bretsko, I. I. *Psykhoemotsiine vyhorannia pidlitkiv v umovakh simeinoi depryvatsii: monohrafiia*. Mukachevo: MDU, 293 p. [in Ukrainian].
4. Vodopyanova, N. E., Starchenkova, E. S. (2008). *Sindrom vyigoraniya*. 2-e izd. Sankt-Peterburg: Piter, 336 p. [in Russian].
5. Voylova, S. S. Sindrom «vyigoraniya»: traktovki, podhodyi, rezultaty, perspektivy. URL: <http://kraspubl.ru/content/view/full/144/1/> [in Russian].
6. Hoshovskyi, Ya. (2013). Sotsialno-psykholohichna revitalizatsiia depryvovanykh nepovnospravnykh ditei v osvityakh zakladakh internatnoho typu. *Revitalizatsiia ditei z osoblyvymy potrebamy: monohrafiia/za zah. red. prof. Ya. O. Hoshovskoho*. Lutsk: PP Ivaniuk V. P., 9–44 [in Ukrainian].
7. Hoshovskyi, Ya., Hoshovska, D. T. (2014). Synerhetychni aspekty revitalizatsii depryvovanoi osobystosti. *Teoretychni i prykladni problemy psykholohii: zb. nauk. prats Skhidnoukrainskoho natsionalnoho universytetu imeni Volodymyra Dalia*. Luhansk: Vyd-vo «Noulidzh», № 3 (35), 140–145 [in Ukrainian].
8. Karamushka, L., Zaychikova, T., Bondarchuk, O. (2003). Osoblivosti viyavu sindromu «profesiynogo vigo-rannya» u vchiteliv. *Osvita i upravlinnya*, T. 6, № 3, 57–66 [in Ukrainian].
9. Kondratska, L. V. (2008). *Simeyni konflikti yak faktor emotsiynogo vigo-rannya u pidlitkiv. (Dis. ... kand. psihol nauk: 19.00.07 «Pedagogicheskaya psihologiya»)*. Harkiv, 249 p. [in Ukrainian].
10. Finiv, O. (2015). Fenomen osobystisnoi bezpeky ta yoho koreliatsiia iz psykhozakhystom. *Teoretychni i prykladni problemy psykholohii: zbirnyk naukovykh prats Skhidnoukrainskoho natsionalnoho universytetu imeni Volodymyra Dalia*. Luhansk-Sievierodonetsk: Vyd-vo «Noulidzh», 2015, № 3 (38), 414–421 [in Ukrainian].

Received: 19.08.2019

Accepted: 20.09.2019